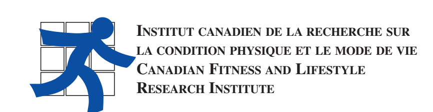


« La majorité des jeunes Canadiens ne sont pas suffisamment actifs pour vivre une croissance et un développement sains. »

# Avec votre aide, nous pouvons faire une différence!

## Étude sur les niveaux d'activité physique des jeunes Canadiens (JOUONS)

« L'activité physique est toute aussi importante pour la santé que le port de la ceinture de sécurité. »




## L'enquête

Vous en avez probablement entendu parler à la radio ou aux nouvelles ou bien avez lu ces statistiques alarmantes dans les journaux ou les magazines… **La majorité des jeunes Canadiens ne sont pas suffisamment actifs pour vivre une croissance et un développement sains.**

Au cours d'une journée de semaine typique, 71 % des enfants utilisent un mode de transport inactif pour se rendre à l'école. Après environ 6 h d'activité sédentaire en classe, les jeunes passent en moyenne plus de 2 h à regarder la télévision ou à jouer à des jeux vidéos. De nombreux parents canadiens se préoccupent de l'inactivité physique de leurs enfants. Si ce problème n'est pas surveillé, il pourrait entraîner de graves risques pour la santé dès maintenant et au troisième âge.

Pour trouver des solutions à ces préoccupations de plus en plus vives et lutter contre cette tendance lourde parmi les jeunes Canadiens, l'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie (ICRCP) mène une vaste enquête nationale portant sur les niveaux d'activité physique chez les enfants et les adolescents. ***L'étude sur les niveaux d'activité physique des jeunes Canadiens (JOUONS)*** présente un moyen efficace et objectif d'examiner leur condition physique actuelle et leur régime d'activité physique. ***JOUONS*** constitue la première enquête nationale de ce genre. Nous vous invitons, comme de nombreuses familles canadiennes, à participer à cette nouvelle recherche enthousiasmante. Nous utilisons un dispositif électronique sécuritaire de pointe, appelé **pédomètre**, pour mesurer le nombre de pas quotidiens de chaque participant. Ces données sont indispensables à la mise en œuvre de solutions et de programmes à long terme favorisant une génération de jeunes plus actifs et en meilleure santé.

## La démarche

Un recenseur de données professionnel de **l'Institute of Social Research de l'Université York** (au nom du ICRCP) vous a déjà posé des questions au téléphone et vous et votre famille avez accepté de participer à l'enquête. Cette trousse contient:

- un pédomètre pour chacun des participants;
- le mode d'emploi du pédomètre;
- un court questionnaire;
- un formulaire d'information pour les enseignants;
- les instructions sur la façon de transmettre les données du pédomètre (au moyen d'un système téléphonique automatique ou via un site Web sécurisé, disponible 24 heures par jour, 7 jours par semaine);
- une enveloppe de retour Xpress Post préaffranchie.

Afin d'assurer le succès, l'utilité et la rentabilité de cette enquête, nous demandons aux familles **(1) d'enregistrer immédiatement toute l'information en raison de l'importance du facteur temps dans les données et (2) de retourner les pédomètres le plus tôt possible à l'ICRCP à la fin de votre période d'enquête d'une durée de sept jours.** Vous n'avez qu'à déposer l'enveloppe de retour Xpress Post préaffranchie dans toute boîte aux lettres de Postes Canada.

## Protection des renseignements personnels et confidentialité

A Toutes les données demeureront absolument privées et confidentielles. Aucune donnée sur les individus ni sur les ménages ne sera publiée.

## Quelques mots à notre sujet

L'Institut canadien de la recherche sur la condition physique et le mode de vie est un organisme national sans but lucratif enregistré établi depuis 1980. Nous travaillons à fournir l'information scientifique aux individus, professionnels et décideurs afin qu'ils prennent les mesures nécessaires pour améliorer la santé des Canadiens. L'Institut contribue ainsi au bien-être et à la qualité de vie de tous les Canadiens. Nous vous invitons à visiter notre site Web à ***www.cflri.ca*** pour connaître les recherches et les activités. Le site contient également les réponses aux questions les plus fréquentes des participants aux enquêtes. Si vous avez des questions au sujet de cette enquête, n'hésitez pas à téléphoner au 1-888-413-9129, poste 10, ou à communiquer par courriel à ***info@cflri.ca***.

Veuillez prendre note que l'ICRCP ***n'est pas*** une société de marketing ***ni*** de télémarketing et ***ne participe*** à aucune étude de marché. L'ICRCP ***n'est*** associée à aucun fabricant de pédomètre spécifique.

Nous vous remercions de votre participation à cette recherche passionnante et indispensable! Elle aura des effets positifs sur la santé et le bien-être futurs des jeunes générations du Canada.